

‘Geduld, mijn hart!’

Het gesprek met zichzelf, contingentie en identiteit

Dit is een tekst uitgesproken tijdens een reünie van de Kring van Apostolische Studenten in Leiden in 2000. Het begint met het ontstaan van het begrip ‘ik’ en het gesprek met zichzelf, bijvoorbeeld in de vorm van een gebed. In het zelfgesprek kunnen ‘ik’ en ‘God’ samenvloeien. Deze vereenzelving met God waardoor God menselijk beleefbaar wordt, ‘het leven voor Gods ideaal’, bepaalt onze identiteit als apostolischen, aldus

Manfred Horstmanshoff

‘Geduld, mijn hart!’

‘Geduld, mijn hart!’ Dat zou u tegen uzelf kunnen zeggen, na een lange lezingendag, als er nog één lezing op het programma staat. Eigenlijk is dat heel bijzonder, dat we kunnen reflecteren, onszelf in de put praten, of bemoedigend toespreken.

Eén keer moet iemand voor het eerst ‘ik’ gezegd hebben en ‘zelf’, zoals een kind dat leert in een poging om de wereld te ordenen. De Griekse held Odysseus is de eerste persoon in de wereldliteratuur die zichzelf toespreekt. Van bescheidenheid heeft hij geen last.

«Ik ben Odysseus, de zoon van Laërtes. De hele wereld spreekt over mijn list en mijn roem stijgt ten hemel!» (*Odyssee* 9.19-20).¹

Als hij eindelijk — na tien jaar oorlog en tien jaar zwerftocht — zijn Ithaka bereikt heeft, ontdekt hij dat het in zijn huis een bende is geworden. Een troep rijke nietsnutten, de ‘vrijers’ dingen naar de hand van Odysseus’ vrouw Penelope. Ze maken er een vrolijke boel van en verbrassen zijn bezit. Odysseus heeft zich nog niet bekend gemaakt aan zijn vrouw Penelope, die al die jaren op hem heeft gewacht, maar nu voelt ‘dat zij met haar leven verder moet’, zoals dat in zeepseries altijd heet. De held moet een beslissing forceren. Hij draait zich in tweestrijd van de ene zij op de andere. Moet hij nu al ingrijpen? Dan roept hij zichzelf tot de orde:

«Geduld, mijn hart! Je hebt het nog wel erger te verduren gehad op die dag toen de ontembare cycloop je dappere makkers verslond. Toch hield je het uit, totdat een list je buiten de grot had gebracht, waar je al dacht de dood te zullen vinden.» (*Odyssee* 20.18-21)

De volgende dag brengt hij de vrijers om.

Uit andere oude culturen kennen we wel het zelfgesprek, bijvoorbeeld het Egyptische *Gesprek van een levensmoede met zijn ziel* (ca. 1200 v.C.), en uit de Psalmen: «Wat buigt ge u neer, o mijn ziel, wat zij ge onrustig in mij?» (Psalm 42:6)² De tekst van het oude apostolische koorlied: ‘Moede ziel, wat buigt ge u neder?’ herinnerde daaraan.³ In die oude teksten blijft het ‘ik’ echter anoniem.

¹ Vertaling hier en elders in dit artikel: M.A. Schwartz, Homerus, *Odyssee*, Haarlem 1957.

² Statenvertaling.

³ Koorlied 53, bundel 1984. Deze woorden werden gezongen tot 1993, toen de tekst gewijzigd is in: «Voelt u zich vermoeid, verlaten» (koorlied 41 in de bundel van 2009).

In de Homerische gedichten is het zelfgesprek van Odysseus een unicum. Hoewel de Griekse helden en hun Trojaanse tegenstanders voor ons in alle menselijke emoties herkenbaar zijn — de goden trouwens ook, want die zijn precies als mensen, ze gaan alleen niet dood en blijven altijd jong — lijken zij toch af te wijken van moderne mensen. Het is alsof zij zelf geen wil hebben, geen persoonlijkheid. Homerische helden, zo is wel opgemerkt, zijn als kinderen die nog geen bewust 'ik' hebben ontwikkeld. Goden motiveren mensen. Mensen danken, of verwijten, van alles aan de goden: ziekte, geluk, woede, redding, behalve in deze versregels, waarin Odysseus spreekt tot zijn hart.

In de geschiedenis van de Griekse cultuur kunnen we op de voet volgen hoe mensen tot rationele verklaringen komen voor de natuurverschijnselen om zich heen en voor het psychische in zichzelf, hoe zij komen tot reflectie en verantwoordelijkheid. Identiteit, zelfigheid, zoals onze zuiderburen zeggen, is de vrucht van een gesprek met zichzelf. En dat begint op Ithaka.⁴

Het gesprek met zichzelf

In de Grieks-Romeinse wijsbegeerte neemt het zelfgesprek een belangrijke plaats in. Het gaat om *epimelesthai seautou* 'zorg voor zichzelf', of 'werken aan zichzelf', om geestelijke hygiëne, het aanleren van een bepaalde houding waarmee men het leven aankan.⁵ De Pythagoreërs kenden het dagelijkse zelfonderzoek, voor het slapen gaan en bij het opstaan. Aristoteles adviseert vriendschap als beste vorm van zelfonderzoek. Door naar zijn vrienden te kijken, ziet iemand wat hij is en wat voor karakter hij heeft. De vriend is voor hem een tweede ik. De ander is een spiegel voor het zelf. Ook een gesprek met een vriend kan dus een zelfgesprek zijn. Een bijzonder egodocument uit de Oudheid is het spirituele dagboek van de stoïcijner Marcus Aurelius, de filosoof op de keizertroon. Het geschrift is bekend geworden onder de titel *Eis heauton* 'Tot zichzelf', recentelijk in het Nederlands vertaald onder de titel *Persoonlijke notities*.⁶ Enkele centrale, met elkaar samenhangende gedachten keren in zijn werk steeds terug:

- Alle mensen hebben de rede, voorgesteld als een vonk van het goddelijke vuur, in zich. Daarom vormt de mensheid een wereld-burgerschap.
- Goed leven is je leven ten dienste stellen van de gemeenschap.
- Je moet aanvaarden wat het lot brengt.
- Laat je innerlijke rust niet verstoren door de verkeerde oordelen die je vormt over mensen en dingen.

Die gedachten uit de Stoa zijn te herkennen in de volgende citaten uit het dagboek van Marcus Aurelius:

«'s Morgens vroeg moet je tegen jezelf zeggen: vandaag zal ik mensen ontmoeten die bemoeiziek zijn, ondankbaar, agressief, onbetrouwbaar, jaloers, egoïstisch. Zo zijn ze geworden omdat ze niet weten wat goed en wat slecht is. Ik heb echter ingezien dat het goede van nature mooi en eervol is en het slechte lelijk en beschamend, en dat de boosdoener zelf, door zijn natuur, met mij verwant is, niet omdat we van hetzelfde bloed zijn, maar omdat we allebei deel hebben aan dezelfde rede, dat wil zeggen: een klein stukje van het goddelijke in ons hebben.» (2.1)

⁴ Voor een overzicht zie C. Gill, *Personality in Greek epic, tragedy, and philosophy : the self in dialogue*, Oxford, 1996.

⁵ J. Graste, kiest in zijn dissertatie *Zorg voor de psyche. Een archeologie van de psychotherapie*, Nijmegen 1997 de antieke wijsbegeerte als instrument voor een hedendaagse geestelijke gezondheidszorg

⁶ Marcus Aurelius, *Persoonlijke notities*, vertaald, ingeleid en van aantekeningen voorzien door S. Mooij-Valk, Baarn, 1994.

«De mensen zoeken een plek om zich terug te trekken, op het platteland, aan zee, in de bergen (...). Maar dan begrijp je absoluut niets van filosofie. Je kunt je toch, wanneer je maar wilt, terugtrekken in jezelf. Nergens kan een mens zich immers rustiger en ongestoorder terugtrekken dan in zijn eigen ziel, vooral als hij in zijn binnenste zulke vaste overtuigingen heeft dat hij, zodra hij zich daarin verdiept, zich meteen volkomen gerust voelt. En met gerustheid bedoel ik niets anders dan innerlijk op orde zijn. Die afzondering moet je jezelf gunnen, en zo jezelf vernieuwen. Bondige en elementaire waarheden moeten het zijn, die, zodra ze in je opkomen, in staat zijn alle zorgen van je af te spoelen en je, bevrijd van je ergernis, weer terug te sturen naar je dagelijks leven.» (4.3)

Je zou het zo kunnen samenvatten: je moet een ruimte in jezelf creëren, op zoek gaan naar God in jezelf, door met jezelf in gesprek te treden.

Op deze gedachten uit de Stoa grijpt, achttien eeuwen later, Etty Hillesum terug. Zij was de dochter van een filosofisch geïnteresseerde classicus. Onder druk van de oorlogsomstandigheden maakt zij een versneld proces door, waarin haar gevoel voor en begrip van God zich ontwikkelt. Zij loopt vooruit op opvattingen die veel later pas, na de oorlog, algemeen verbreid zouden raken. Zij noemt het diepste en beste dat in haar is 'God', en deze goddelijke bron is tegelijk de verbindingsmogelijkheid met anderen. Zij is God dankbaar voor de kracht die zij heeft om verdriet, ellende en zorgen te doorstaan. Zij zoekt in zich ruimte voor God. Het woord God vindt ze soms primitief, een oerklank, een hulpconstructie. Als zij God toespreekt, heeft zij het gevoel zichzelf toe te spreken. God leeft diep in haar en zij leeft tegelijkertijd in God. Hierop rust haar levensgevoel dat ze uitdrukt als 'in zichzelf rusten'.

«Ik rust in mijzelve. En dat mijzelve, dat allerdiepste en allerrijkste in mij, waarin ik rust, noem ik 'God'.»⁷

God is weliswaar de schepper van alles — van de aarde en van haarzelf — , maar ook machteloos en afhankelijk. De mens is verantwoordelijk voor het vele lijden op de aarde. Etty Hillesum blijft in de oorlogsdagen, zelfs in kamp Westerbork, staande door haar ongebroken en stralende liefde voor het leven, waar ook alle lijden en dood bij zijn inbegrepen, een geloof «dat het eigen leven is ingebed in een brede, eeuwige stroom en met al zijn leed en ellende goed en schoon en zinvol is.» «Men moet het leven aanvaarden zoals het komt, het liefhebben zoals het komt, het wensen zoals het komt», *amor fati* 'liefde voor het lot', zoals de godzoekende godloochenaar Friedrich Nietzsche het noemde, met Etty Hillesum en Abel Herzberg in zijn voetspoor.⁸

Dit is allemaal heel mooi, maar ook wel heel ernstig. We moeten van Marcus Aurelius geen heilige maken. Hij kon zich voorstellen dat er wel enkele mensen blij zouden zijn

⁷ Etty. *De nagelaten geschriften van Etty Hillesum, 1941-1943*, onder redactie van K.H. Smelik, Amsterdam 1991, derde herziene druk, p. 549; vergelijk ook T. Jorna en D. de Costa, *Van aandacht en adem tot ziel en zin. Honderd woorden uit het levensbeschouwende idioom van Etty Hillesum*, Utrecht 1999.

⁸ Uitvoeriger hierover P.H. Schrijvers, 'Een filosoof in bezettingstijd. Over Seneca's brieven en het dagboek van Etty Hillesum' in: (id.) *De mens als toeschouwer. Essays over Romeinse literatuur en Westeuropese tradities*, Amsterdam, Ambo-Athenaeum-Polak & Van Gennep, 1986, pp. 190-208 en Manfred Horstmanshoff, '“... Ook waar geen mensenoog het ziet ...” Trouw: over de geschiedenis van een gevoel' in: H. Brand en H.F.J. Horstmanshoff (red.), *Een vonk die het hart raakt. Lezingen bij het vijftigjarig jubileum van Het Apostolisch Genootschap*, Het Apostolisch Genootschap, Baarn, 2001, pp. 57-58; Abel Herzberg, *Amor Fati. De afhankelijkheid aan het levenslot. Zeven opstellen over Bergen-Belsen*, Amsterdam, Querido, 1946.

als hij op sterven lag, opgelucht van die schoolmeester af te zijn.(10.36) Vermoedelijk terecht. Eddy Hillesum kon wel heel extatisch zijn.

God zoeken in jezelf, een gesprek met jezelf als een gebed, kan ook heel vrolijk, zoals de dichter Leo Vroman laat zien:

Hand en spiegel

Een hand, verveeld, wou eens proberen
over zichzelf te reflecteren.

Een spiegel, die ook ledig was,
kwam dus dadelijk goed van pas

en zei: Kom dichtbij! Tegen mij!!
Dan reflecteren wij allebei.

De hand, allang niet meer verveeld,
vlijde zich op zijn spiegelbeeld.

Vanuit een verwijderd hoofd gezien
leek die ene hand misschien ...

op twee handen, druk aan het bidden.
Maar dat laat ik in het midden.

Moraal:

Wie met zichzelf praat is heus
evengoed religieus.

Leo Vroman⁹

In elk geval lijkt me het zelfgesprek, en het spiegelende gesprek met een vriend, een goed middel om geestelijk gezond te blijven, een vorm van zielsverzorging die goed past bij de identiteit van Het Apostolisch Genootschap. Als we het hebben over zielsverzorging bedoelen we immers hetzelfde als wat de ouden bedoelden met *epimeleia tēs psuchês* (letterlijk: 'zorg voor de ziel'); werken aan jezelf, zorgen in goede geestelijke conditie te blijven, bijdragen aan het geluk van jezelf en je medemensen. Dat is principieel iets anders dan de moderne psychotherapie die zich bezighoudt met storingen, pathologie. Het is ook iets anders dan pastorale zorg die gebaseerd is op zondebesef en patriarchale verhoudingen.

Contingentie

Waarom ben ik er? Waar kom ik vandaan? En als ik er ben, waarom ga ik dan dood? Wat gebeurt er met me als ik dood ben? Waarom word ik ziek, juist ik? Waarom wordt mijn relatie verbroken? Waarom word ik vader, moeder, waarom juist ik? Of waarom juist ik niet? Waarom ben ik apostolisch? Als ik in India geboren was zou ik hindoe zijn geweest. Waarom ben ik die ik ben? Het is toeval. Het treft zo, of het treft niet. Het is contingent.

«Hier loopt het ik, het loopt zichzelf te vinden,

⁹ *Dagblad Trouw*, 24 december 1999.

het ziet verbaasd de regen en het gras ...»

dicht J.W. Schulte Nordholt.¹⁰ Dat is nu net het probleem. Ik zie mezelf lopen. De vragen komen onvermijdelijk. En dan begint het denken, interpreteren, zingeven. Ik weet dat ik er ben. Ik kan mezelf zien, los van de wereld om me heen. Maar ik weet ook dat ik met al mijn vezels met die wereld verbonden ben. Die tegenstrijdige gevoelens en inzichten laten me nadenken over de zin van alles.

Oude antwoorden op de grote vragen werken niet meer. De Duitse filosoof met de Nederlandse naam Peter Sloterdijk karakteriseert onze hedendaagse cultuur niet als een *status*, maar als een *lapsus quo*, een voordurende val, een stroomversnelling.¹¹ We leven, om de onvergetelijke Toon Hermans nog eens aan te halen, in het tijdperk van Vrouw Holle.

Het begrip contingentie kan hier misschien een handje helpen. Contingentie komt van het Latijnse werkwoord *contingere*, dat zoveel betekent als: 'samen-aanraken, treffen', en: 'overkomen, voorvallen, gebeuren, samenvallen'.

Een paar voorbeelden. Het vanzelfsprekende gezag van religieuze tradities is verdwenen. Dat geldt ook voor apostolischen. Dat we zijn, die we zijn, wordt gevoeld als toevallig. Niemand vindt het vandaag in Nederland meer vanzelfsprekend om naar de kerk te gaan, of zijn kinderen te laten dopen. Apostolischen vormen in die ontwikkeling geen uitzondering.

Er zit ook een andere kant aan het begrip contingentie. Ik kan mezelf zien als 'een broodkruimel (...) op de rok van het universum' (Lucebert),¹² eindig, sterfelijk, maar ook als: 'het punt in het geestelijk heelal, waarin de Onzienlijke Zichtbare wordt'.¹³ Met andere woorden: als het dan zo treft dat ik er ben, en dat ik apostolisch ben, dan zal ik God ook beleefbaar maken. De ervaring van het toevallige en tijdelijke krijgt een transcendent karakter, wordt een verwijzing naar het eeuwige, naar God.

Juist het inzicht dat het ik een 'weefsel van toevalligheden' is, dat alles ook heel anders zou kunnen worden gezegd, dat niets buiten tijd, toeval en verandering om gaat, maakt ons ontvankelijk voor het volstrekt Andere, dat ons toevalt. De 17de-eeuwse mysticus Angelus Silesius zegt het zo:

«Nichts ist als Ich und Du; und wenn wir zwei nicht sein,
so ist Gott nicht mehr Gott und fällt der Himmel ein.

*Behalve jij en ik is er niets; en als wij tweeën er niet zijn,
dan is God niet meer God en stort de hemel in.»*

en:

«Ich weiß, daß ohne mich Gott nicht ein Nu kann leben,
werd ich zu nicht, er muß für Not den Geist aufgeben.

¹⁰ 'Existentie', in: *Levend landschap*, Amsterdam, Uitg.mij Holland, 1950 (= *Verzamelde Gedichten*, De Prom, Baarn, 1989, p. 15).

¹¹ Vgl. J.F. Goud, *Een kamer in de wereld. Religieus eclecticisme en de theologie*, Inaugurele rede Universiteit Utrecht, 2000.

¹² Lucebert, 'Ik tracht op poëtische wijze', in: *Verzamelde Gedichten*, Amsterdam 1974.

¹³ .Zangkoorbundel van Het Apostolisch Genootschap, Baarn, 2009, lied 57.(eerste uitgave Zangkoorbundel 1953, lied 11).

*Ik weet dat God zonder mij geen moment kan bestaan,
als ik verga, moet hij ook noodgedwongen de geest geven.»¹⁴*

Het mooiste poëtische voorbeeld van contingentie dat ik ken geeft Guido Gezelle. Hij beschrijft in een 'Herinnering aan Beethoven's Septuor':

«'t Er viel 'ne keer een bladtjen op het water
't Er lag 'ne keer een bladtjen op dat water
En vloeien op het bladtje dei het water
En vloeien dei het bladtjen op het water»

Zo gaat het nog lang door. Het bladtjen en het water versmelten tot één. Er is geen verschil meer. En dan komt de kern:

«Mijn ziele was dat bladtjen: en dat water.»¹⁵

Bladtje, water, ziel en hemel vallen samen, zijn contingent. De volkomen versmelting, zo u wilt de versmelting met God, is de diepste ervaring van identiteit.

Identiteit

Dezer dagen herlas ik het KASboek 1969, het jaarboek van de Kring van Apostolische Studenten. De verzorger van deze kring, herder L.J. Menges, die enorm veel voor mij heeft betekend, vraagt in een kort artikel aandacht voor de herdenking 1945-1970, 25 jaar bevrijding. Het artikel is gewijd aan Dietrich Bonhoeffer (1906-1945), lid van de zich tegen het nazisme verzettende 'Bekennende Kirche', gevangengezet en terechtgesteld in Flossenburg in april 1945. Eén van zijn laatste gedichten, dat ook in het KASboek staat afgedrukt, draagt de titel 'Wie ben ik?' Anderen zeggen van hem dat hij rustig, blij en zeker is. Zelf weet hij dat hij onrustig is, vol heimwee,

«moe en te leeg om te bidden, te danken, te werken,
murw en bereid om van alles afscheid te nemen.»

en eindigt:

«wie ik ook ben, Gij kent mij, ik ben van U, mijn God!»¹⁶

Wat ons als broeders en zusters bindt, wat onze identiteit als apostolischen bepaalt, is onze liefde voor Gods ideaal:

«Als ons oog de stad aanschouwt, door de Christuszin gebouwd ...».¹⁷

We zijn burgers van die gedachte en gedroomde stad, die we nooit helemaal verwezenlijkt zullen zien. Het is het steeds wijkend ideaalbeeld dat wij met ons meedragen, dat ons bezielt. Daarvan zijn niet alleen wij, die nu leven, burgers, maar ook degenen die ons zijn voorgedaan. Dan vallen heden en verleden samen. 'De tijden

¹⁴ Angelus Silesius, *Aus dem Cherubinischen Wandersmann und anderen geistlichen Dichtungen*, Auswahl und Einleitung von Erich Haring, Stuttgart, Reclam, 1977.

¹⁵ Guido Gezelle,

¹⁶ Dietrich Bonhoeffer, 'Wer bin ich?' in: *Widerstand und Ergebung*, Siebenstern Taschenbuch Verlag, München en Hamburg, 1968, oorspronkelijke uitgave München 1951.

¹⁷ Mannenkoorlied Het Apostolische Genootschap, Kerstdeclamatorium 1999, pp. 26-27.

waren niet gescheiden' dicht Ida Gerhardt.¹⁸

In een gedicht getiteld 'Utopia' bespreekt Wislawa Szymborska de utopie als verstikking, als dwangbuis, als eiland waarvan je alleen nog maar weg kunt vluchten.¹⁹ Alomvattende waarheden zijn gevaarlijk, zeker als ze worden opgelegd, maar een ideaalbeeld dat nergens tastbaar is, maar steeds weer opnieuw geschapen moet worden door onze geestkracht, door ons geloof, door onze liefde, is de drijvende kracht die ons bezielt.

Mag ik dat geloof, dat droombeeld, 'Ithaka' noemen, het eiland van Odysseus, het eiland waar je niet vandaan vlucht, maar waarnaar je wilt terugkeren, je eigenlijke huis? Dan hoef je ook niet bang te zijn voor de cycloop. De Griekse dichter Konstantinos Kaváfis geeft iedere Odysseus, ook zichzelf, de raad:

«Houd Ithaka wel altijd in gedachten.
Daar aan te komen is je doel.
maar overhaast de reis in geen geval.

(...)

En vind je het er wat pover, Ithaka bedroog je niet.
Zo wijs geworden, met zoveel ervaring, zul je al
begrepen hebben wat Ithaka's beduiden.»²⁰

© H.F.J. Horstmanshoff
E-mailadres: hfjhorstmanshoff@apgen.nl

Dr. H.F.J. (Manfred) Horstmanshoff is bijzonder hoogleraar Geschiedenis van de Antieke Geneeskunde aan de Universiteit Leiden. Van zijn hand zijn verschillende wetenschappelijke en populair-wetenschappelijke publicaties verschenen. Hij is binnen Het Apostolisch Genootschap o.a. actief (geweest) als voorganger, schrijver en redacteur. Hij is bestuurslid van de J.H. van Oosbreelezingstichting.

¹⁸ Ida Gerhardt, 'Intocht' in: *De adelaarsvarens*, Amsterdam 1988, *Verzamelde gedichten*, deel II, Athenaeum-Polak & Van Gennep, 1999, p. 722-3.

¹⁹ Wislawa Szymborska, 'Utopia' in: *Uitzicht met zandkorrel*, Meulenhoff, Amsterdam, p. 97-98.

²⁰ K.P. Kavafis, 'Ithaka' in: *GedichtenI*, in de vertaling van Hans Warren en Mario Molegraaf, Bert Bakker, Amsterdam, 1991, p. 25-27.